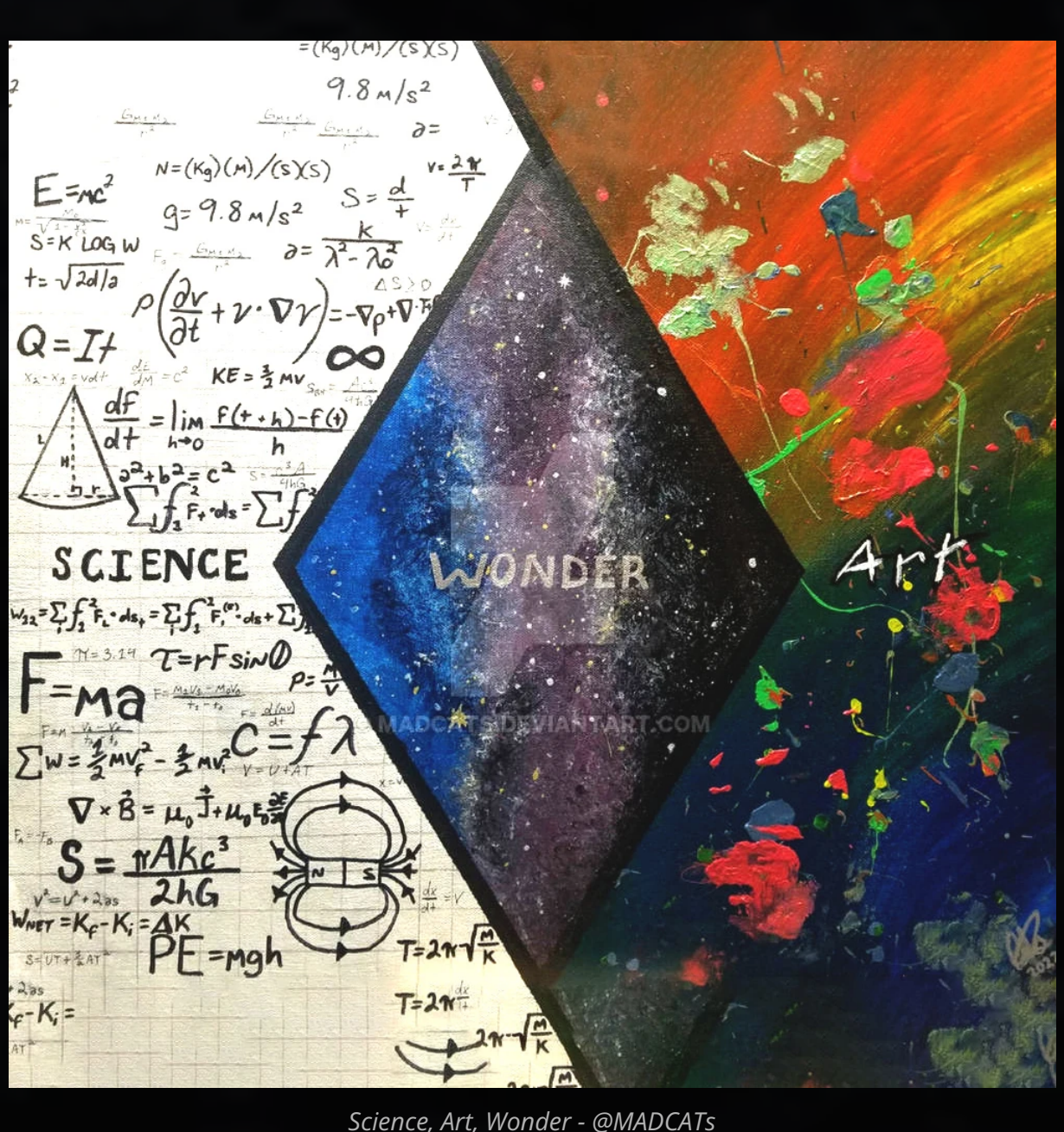
Culture à Partager : Ouvre ton Esprit & ta Conscience

13/08/2021



Science, Art, Wonder - @MADCATs

Ici est tout le bon à partager : pour éveiller la Conscience & faire pétiller l'Esprit !

Musique - Chaines Youtube - Livres & Audiobooks - Films - Séries - Conférences

de tous genres, entres Art, Sciences & Spiritualité

Article en mise à jour constante : last update 21 oct. 2025

"*Le Beau est la Splendeur du Vrai.*" Platon

Ce qui est Beau dans l'Unité est la Magnificence de la Diversité.

Musiques

Voici les playlists que je peux vous proposez : mon univers est autour du Chill :
Downtempo • Ambient • Cumbia psyché • World music • Low / Acid / Ethnic Techno • Tribal • Mantra • Relaxation

Artistes / labels conseillés :

Samaya • Mose • Danit • Trippin Jaguar • O'Tawa • Amselcom • Heimlich • Nicola Cruz • Hraach • Jose Solano • Be Svendsen • Oceanus Orientalis • Janax Pacha • Jedi's Chillout • J.Pool • Sophie Sôfrēē • ...

Avant je recommandais Kosa mais j'ai vu qu'il soutient allègrement les agresseurs - violeurs, les misogynes : poubelle. Si vous avez vent d'ailleurs d'un truc recommandé par un agresseur, merci de me le faire remonter, je suis pas encore omnisciente ;p

Et puis sinon dans les textes : Mc Solaar - Stromae - Mathilde Music - Louisa Donna - Orelsan - Gael Faye

YouTube/Agdistys →
SoundCloud/Agdistys →
YouTube/Autre →

Chaines Youtubes - Vulgarisation

Social & Sociétal, mes reco pour comprendre la Société vraiment :

- Data Gueule - web serie, mieux comprendre le monde d'aujourd'hui pour mieux réussir demain
- Restez Débranchés - Wat Ari - web serie educative, histoire, economie, social (3 saisons)
- Et tout le monde s'en fout - webserie à episodes court qui essaie de changer le monde
- La Barbe - webserie engagée pour comprendre le monde en humour
- Simon Puech - plein de thèmes de société, meme pour amnestie internationale, top
- Amistory - la culture de la violence à travers les réseaux, très bien meme si parfois ca minimise encore
- L'Histoire nous le dira - mention spéciale pour la série "la sexualité en occident"
- Le Vortex - Communauté de plein de vulgarisateur scientifiques de youtube créée par Arte
- Libres! mini webserie arte episode de 3min
- Mères anonymes - mini websériés episodes de 3min arte
- Enquêtes Internet d'Aline Dessine - sur la culture de la violence sur internet

Humoristes engagé.es :

Car le RIRE est une Médecine : il sert à amener légèreté pour parler des sujets très grave pour pouvoir voir la réalité sans s'enfoncer dans le déni, et ainsi trouver des solutions. Le Rire n'est pas fait pour se moquer et ridiculiser les victimes.

- Noémie de Lattre - spectacle *Feministe pour homme*, & *Harmonie des genres*, + pastilles sur insta
- Naïm
- La Bajon
- Haroun
- Swann Périssé, notamment *Dernier spectacle avant la fin du monde ou directeur contre le fascisme sur youtube*
- Roman Freyssinet pastille sur Clique et spectacle O dedans
- Fary (spectacle Hexagone sur Netflix en 2 parties)
- Taylor Tomlinson - sur la santé mentale top, en anglais avec les sous-titres sur netflix.
- Pierre Emanuel Barré
- Nicole Ferroni
- Joe Rogan - 3 spectacles Netflix

Le Trait d'Esprit : Humour & PhiloSophie →

Psychologie :

- Julien Besse - vulgarisation psychologie /thérapies / approche systémique.
- Psychocouac - psychologie systemique tres bien
- Jimmy on Relationships - explique les troubles de l'attachement en couple, la violence
- Le PsyLab - 2 psychiatres qui parlent de Psychologie
- Hacking Social - biais cognitif, ethnologie, socio-psychologie
- Fouloscopie - étude des foules, ethnologie, biais, social. Top, par un docteur en foules
- Hygiène Mentale - la zététique, ou la science de l'esprit critique
- Laganne - Sciences humaines
- Aborder la Violence - chaine top du pionnier de la victimologie en France
- La Gazette de l'Abime - psychologie & Psychédélique
- Société psychédélique française - la thérapie psychédélique, le symbolisme, le chamanisme...
- Enquêtes internet d'Aline Dessine - sur la culture de la Violence sur internet

Art :

- n'Art, l'Art en 3 coups de pinceau - découverte des peintres et des mouvements artistiques
- L'art comptant pour rien - explication & decouverte de l'art contemporain

Spiritualité :

- Guilhem Cayzac : spiritualité, développement personnelle, ouverture de conscience...
- Maya méditation - chaine de contes philosophiques courts (top pour s'endormir)
- Alt236 - Se perdre dans l'Art & la Philosophie, Serie Stendhal Syndrome recommandée +++
- Balade Mentale - entre Physique et Philosophie, et la prose est poétique
- Mysteria - esothérisme, symbolisme, alchimie, histoire, conscience, chemin initiatique... +++
- Damien Maya - "Entrainement de l'esprit" : développement personnel / philosophie / spirituel
- Tistrya - documentaires pour ouvrir la conscience - mêle sciences dures & spiritualité
- Monsieur Phi - philosophie
- Cyrus North - Philosophie

- Sadhguru - leader spirituel
- Teal Swan - leadeuse spirituelle TOP (une femme enfin !!) (en anglais mais sous-titres dispo)

- Imago - La plateforme vidéo gratuite de la transition : plein de films, documentaires, etc. alternatifs
- Thinkerview - Interviews de personnalités sur des sujets importants en long format
- Gaïa - plateforme type Netflix avec plein de contenus pour éveiller la Conscience

---

Contemplation :

- Skarblown Animations - courtes animations sur la philosophie / la spiritualité / les émotions ... top
- Cyriak - un créateur d'animation tres talentueux et psychédélique, un univers merveilleux & étonnant
- Felix Colgrave - un 2e créateur d'animation que j'apprécie enormement, psyché coloré
- Les Parasites - un collectif de créateurs qui font des videos engagées & émouvantes

---

Autres :

- Prinum Non Nocere - Medecine
- Linguisticae - Linguistique & Ethnologie
- Sexpédition - pour une sexualité libérée
- $tupid €conomics - Economie
- Vert chez vous - transition écologique humoristique
- Marie-Camille Coudet - nouveau type d'éducation & d'enseignement

Histoire :

- C'est une autre histoire - Histoire & Mythologie & société
- Les revues du monde - Archéologie, Histoire
- Passé sauvage - Archéologie, anthropologie & Histoire
- Mister Geopolitix - Geopolitique

Physique Quantique

- Vsauce - super complet, physique, philo, perception, biais cognitif, ethnologie, social... j'adore.
- Veritassium - physique, en anglais
- SciencesEtonnante - sciences en français
- e-penser

Animaux :

- Animals' Interest - une véto donne des explications sur des sujets animaliers
- Watop
- Virgule Animale

Livres & Audiobooks

- Les 13 mères originelles - Jamie Sams - ***livre de sagesse Lakota***, petites contes philosophiques, Cercle de femmes : je suis en train de créer l'audiobook, dispo sur mon drive :)
- Femmes qui courent avec les Loups - C.P. Estes - culture ancestrale, Cercle de femmes
- Les thanatonautes - B.Werber : ouverture de perception, des amis vont découvrir le continent de la mort
- L'encyclopédie du savoir relatif & absolu - B. Werber - Plein de micro histoires vraies pour ouvrir & relativiser
- Tantra : l'initiation d'un Occidental à l'amour absolu - Daniel Odier - une entrée dans le monde de la sensorialité pour la pleine conscience
- Les 4 accords toltèques - Don Miguel Ruiz, *livre de sagesse mexicaine*
- Les 8 circuits de conscience - Laurent Huguelit - définition & élaboration de théorie sur la structure de la conscience proposée par le psychologue de Harvard Timothy Leary.
- L'herbe du diable et la petite fumée - Castaneda - initiation chamanique, récit anthropologique
- L'Expérience psychédélique - Timothy Leary - inclus le ***Bardot Todol, le Livre des Morts tibétains***, pour apprendre à faire face aux pièges de l'égo
- BD Emotions - Enquete & mode d'emploi en 3 tomes - savoir accepter ses emotions, la communication non violente, soigner ses traumas, top ! en plus + Friandises philosophiques
- Le grand dictionnaire des maux & des maladies - J. Martel, pour comprendre le psychosomatisme
- Le Kybalion, livre Alchimique des 3 Initiés
- L'Atalante fugitive - livre d'alchimie et de symbolique, faut déjà avoir un bon niveau
- Les 5 blessures de l'âme - Louise Bourbeau
- Les mots sont des murs ou des fenêtres - Marshall Rosemberg, apprendre la Communication Non Violente, l'Empathie, la Communication
- Le Manuscrit des Paroles du Druide, sans nom et sans visage - ***livre de sagesse européenne***
- **Manuel d'action pour en finir avec les violences sexistes et sexuelles,** Nous Toutes
- Tant pis pour l'amour, BD pour expliquer les relations de violences conjugale, tres bien faire avec explications des mécanismes de la violences, top pour les proches aussi
- **Nos Pères, nos frères, nos Amis** - livre pour expliquer le déni social de la société sur la violence masculine
- **160 000 enfants, violences sexuelles et déni social**, E.Durand, 45min, clique pour l'audiobook
- Les hommes veulent il vraiment l'égalité, Patric Jean
- Pensées pour moi-même, Marc Aurele
- Je pouvais conseillé Jacques Salomé jusqu'à ce que je sache que "*5 femmes accusent le "psychosociologue" Jacques Salomé de violences sexistes et sexuelles. L'une d'elles, Christine, décrit deux viols subis en 1985" - France Bleu*

Audiobook obligé :

- Le livre du voyage B.Werber - sophrologie, spiritualité, méditation & visualisation.
  (clique sur le titre pour le télécharger depuis mon drive privé)

livres pour liseuse gratuits
mon drive : livres & audiobooks
drive amie : livres & audiobooks (contenu changeant car lourd)

Librera Reader - pour lire les epub sur Android →

Podcasts

- Carl Gustav Jung Une vie, Une oeuvre - élève de Freud qui l'a bien dépassé, spiritualité, créateur du développement personnel, il a fait énormément pour la psychiatrie & la psychanalyse aujourd'hui`
- Frédéric Lenoir : Un voyage vers soi avec Jung
- Méthamorphose, le podcast qui éveille la conscience
- Simone Ecoute : le podcast de Simone media, média feministe
- Les couilles sur la table : très bon podcast féministe
- Le coeur sur la table : comment on aimait hier, aujourd'hui et demain
- Binge Audio - le média podcast qui raconte le monde de demain
- Louie media - *"Des programmes pour vous faire RESSENTIR LE MONDE"*

Formations & Conférences

- Formations Nous Toutes sur les mécanismes des violences à échelle fractale
- Les Hommes viennent de Mars, les femmes de Venus - comprendre le Masculin & le Feminin, tres tres bien, en streaming gratuit sur internet
- d'Art & d'Histoire : webconférences sur l'Art de toutes les époques et tous les styles (architecture, design, peinture, scuptures, photographie, époques...), j'adore c'est tres bien fait, à partir de 7€ la conference (et on peut faire des apéro conférence avec des amis ce qui revient à encore moins cher ;)). Leur page Facebook (je trouve + simple à checker que le site)
- Be Enjoy Attitude / Beatrice Fornari : intelligence émotionnelle, communication relationnelle, confiance en soi, bien être au travail, elle fait pas mal de conférences gratuites tres bien faites sur tous ces thèmes.

Films

Entre thrillers psychologiques & films contemplatif.

Films Narratifs :

- Everything, Everywhere, All at Once : wow, très beau & spirituel
- The Trip (1967) - premier trip d'un mec au LSD tres bien realisée, scenario par Jack Nicholson
- Climax - entre danse & bad trip, et les films de Denis Villedieux en general
- La montagne sacrée - Jodorowski, et tous les films de lui en general (attention c'est quelque chose !)
- The Fountain - cycle des reincarnations
- I Origin - reincarnation, science fiction
- La belle verte - nouvelle perception, comedie francaise exquise
- V pour Vendetta - soeurs Wachoski - eveil, initiation
- Matrix (quadrilogie) - soeurs Wachoski - éveil, initiation
- They Live (titre francais : Invasion Los Angeles) "They Live - We Sleep" une belle métaphore
- Good will hunting : intelligence, amour, ressentis, empathie
- La foret d'émeraudes - l'histoire vraie d'un enfant americain qui va être élevé par une tribu amazonienne
- Requiem for a Dream - la décadence de la culture de la violence dans laquelle on vit, tres belle symbolique, carence emotionnelle, addiction, urgence sanitaire...
- Mother! - super symbolique sur Dieu & Mere nature, sur le narcissisme & sa violence de la naissance du patriarcat.
- Entretien avec un Vampire, quand on sait que les vampires sont la représentation des narcissiques, et les zombies leurs victimes, ca a beaucoup plus de sens et de profondeur, ca montre la culture de la violence avec la domination masculine dans un schéma d'un "couple gay" avec tous les mécanismes de la violence et la manipulation psychologique, l'empathie, la quête de sens...
- Les garçons & Guillaume à table, top, sur les diktats de la société, la thérapie, s'en liberer..
- La Vague, histoire vraie, comment un prof a montré en quelque jour la manipulation psychique
- Je verrai toujours vos visages, sur la justice restaurative
- Le Consentement, biopic, très profond, sur l'emprise juvénile, la pédocriminalité et le déni social
- The man on the moon, biopic & Jim & Andy, doc, voir le film puis le documentaire dessus, sur la possession psychique. Incroyable.
- Bienvenue à Gattaca, sur l'eugenisme
- Equilibrium, eugenism
- Le nom des gens, une super comedie française pour la justice sociale
- Hacking Justice, Julian Assange, le créateur de Wikileaks
- Snowden, sur la révélation du scandale de la NSA qui surveille tout le monde
- Corinne Sombrun, un monde plus grand, chamanisme, conscience quantique, santé mentale
- Incendies - thriller psychologique, la quête de la boucle traumatique
- Us & Get out - thriller psychologique qui fait un peu peur
- Donnie Darko - thriller psychologique
- L'imaginarium du Docteur Parnassus - belle symbolique du monde avec les masques narcissiques dans un bel univers
- The Cell - thriller psychologique TRES beau. attention il y a des scenes choquantes mais jamais gratuites, tout sert le propos, bcp de references artistiques, de symbolique 💛

Par Réalisateurices :

- **Stanley Kubrick** car il a beaucoup oeuvrer contre la culture des VIOLences : Shining (sur la démence psychotique du complexe d'inferiorité qui s'en prend toujours à la femme et aux enfants) - Orange Mecanique - Top sur le Déni, Eyes Wide Shut - sur les sectes rituelles.
- **Gaspar Noé** top top top pour comprendre : Climax - Irréversible - Enter the Void - Lux Aeterna
- **Soeurs Wachowsky** - Matrix - Sense8 - Cloud Atlas
- **Jodorowski** - La Montagne Sacrée - Jodowrosky's Dune, Psychomagie
- **David Lynch** -

Films Documentaires :

- Mondes Interieur et Monde Exterieur (spiritualité, conscience, quantique dispo sur youtube
- Samadhi - en 4 parties, top spiritualité, conscience quantique, youtube
- La Domination Masculine - Patric Jean
- Jodorowski's Dune - une sacrée avancée, un film qui aurait pu sortir, et qui vit à travers les autres
- En quête de Sens - alternatives de vie
- Psychomagie, un Art pour Guérir, de Jodorowski - Art-thérapie puissant, symbolique
- La méthode Stutz - un psy donne des méthodes pour mieux vivre, drôle léger et profond (Netflix)
- Tistrya - chaine de documentaires pour ouvrir la conscience - mêle sciences dures & spiritualité
- Cowspiracy & autres documentaires assez connus
- Legacy, notre héritage, Human, Woman, Planete Océan, Home, Yann Artus Bertrand, free
- Les enquêtes france tv : les Mascu, Amber Heard & Johnny Depp, ceux qui traquent les pédocriminels,...)
- Have a good trip, Netflix, sur les psychedeliques, netflix
- Sunshine's Maker, sur le mouvement hippie psychédelique des 60-70s, Netflix
- Un monde nouveau (arte)

Pour m'inspirer je regarde ici : cinerex.fr/festival-du-film-chamanique

Films Animés :

- Belladonna of sadness - erotico psychédélique, envoutement japonais des 70's
- Tygra La Glace et Le Feu (1983)
- Cleopatra - Tezuka (1970) - par le réalisateur de belladonna
- Gandahar (1988) tres beau et spirituel, le making of est chouette aussi (fait en corée du nord!)
- Wizards 1977 USA, tres particulier, à garder dans son contexte
- Paprika (2005) onirique & science fiction coloré
- Mind Game (2004) animé extatique
- Le Prophète (2014) rempli de Poésie & de Contemplation sur la Vie & la Mort : magnifique !
- Wolfwalkers - un chef d'oeuvre, animé très contemplatif & oniriques, très émouvant
- The boy, the mole, the fox, the horse - animation de 35min, poétique, profond, une magnifique fable.
- Nimona - magnifique fable remplie de symboliques
- Dilily à Paris - très très beau, feministe, racime, dans le Paris art déco avec beaucoup d'art
- Entergalactic - amour
- L'enfant du mois de Kamiari - people pleaser, confiance en soi, mythologique - Netflix
- Les 4 âmes du Coyote - très beau conte spirituel
- Vice-Versa 1 & 2 - super sur le processus emotionel jusqu'à l'effondrement,déni, crise d'angoisse...
- La Plus Précieuse des Marchandises - très symbolique et bien profond
- Flow (le petit chat noir)

- *Pour m'inspirer je regarde ici :*
- *senscritique.com/liste/Films_Spirituels_l_Eveil_de_la_Conscience*

Séries

Séries Narratives :

- The OA (2 saisons) - spiritualité
- Legion - repenser, ouvrir... et si la maladie n'en était pas une ? ... fantaisie, sci-fi, saison 2 Belle
- Sense8 (soeurs Wachowski), 2 saisons + 1 film de fin
- American Gods - symbolisme, mythologie, spiritualité et visuels !! Une Initiation
- Mystic Pop Up Bar - 12 épisodes, Netflix, passeur d'âme, karma, réincarnation, très frais !
- Le Chemin des Oliviers - 8 episodes, Netflix, constellations systémique & chamaniques.
- His Dark Materials - entre spiritualité, science et symbolisme, 3 saisons finies avec animaux mignons!
- You - sur la violence conjugale, le trouble narcissique, tres bien faite, netflix
- Better Call Saul - top, nous montre les conséquences et les réactions saines en face de la violence, netflix
- En Thérapie - série qui suit un psychiatre avec ses patients, très bien, acte
- Mad Men - culture de la VIOLence patriarcale, propagande et lobbies dans les 60s
- Severance / Dissociation - la manipulation entreprenariale pour la production
- The Crowded Room - beau récap sociétal sur l'état de la santé mentale et de la justice, basée sur une histoire vraie.

Séries Documentaires :

- Story of God avec Morgan Freeman (Netflix) - Mêle Religions, Philosophie, Science & Art.
- Our Planet (Netflix) - la magnificence de la Terre
- Cosmos (Netflix) - la magnificence de la Terre
- One Strange Rock - avec Will Smith, sur Netflix, sur la Vie & la Terre
- La Planete Verte - David Attenborough pour BBC, sur le monde des plantes, incroyable !
- Survivre à la Mort (Netflix) - la Conscience, Experience de mort imminentes, médiumnités etc.
- Exterminez toutes ces brutes - en 4 tomes
- Parcours des Tyrans (netflix) super sur les mecanismes de manipulations
- How to become a cult leader (Netflix) super sur les mecanismes de manipulation

Séries Animées :

- Midnight Gospel (Netflix) - 10 épisodes de 20min sur Netflix, un ovni entre ce qu'on voit/entend, wow, spirituel
- A découper suivant les pointillés - Netflix, super frais, drôle, moderne & engagé, 6 épisode de 20min
- Attack on Titans - 4 saisons de 25 episodes de 10min (wahou !) - , une magnifique mise en abime avec les 2 plus grandes peur du genre humain : l'Oubli et l'Inconnue.
- Love, Death & Robots (Netflix) - produite par David Fincher, chaque episode est un court metrage. Top!
- Avatar, le dernier maitre de l'Air & Korra (Netflix & franceTV) - spiritualité & belle animation
- To Your Eternity - Mémoire, réincarnation, expériences
- Mushi-shi - Poétique, philosophique, onirique, fascinant, merveilleux, contemplatif, fantastique, atypique... très très doux ! Mushishi : un peu comme des chamans
- Mob Psycho 100 - spirituel, action, drôle
- Made in abyss - thèmes très profond abordés avec beaucoup de velours ! développement perso & aventure, 1 saison, 1 film et 2e saison
- Parasite - rationnel / émotionnel, repenser l'humain et sa place sur terre, 1 saison bien finie
- Les carnets de l'apothicaire - féministe, beau, et dans l'herboriste, fille autiste dans le japon médiéval
- Blue Eye Samurai - feministe, vraiment beau et touchant, sur Netflix
- Jujutsu Kaisen - comprendre les égrégores et donc ce qu'on appelle les entités
- Demon Slayer - très puissant symboliquement, d'autant plus la dernière saison au village des forgerons.
- Onmyôji : Celui qui parle aux démons - Netflix, belle symbolique
- Arcan - magnifique, mais attention à la fin de la saison 2 car ils corrompent Fusion, & donc Conformisme avec Unité et Singularité.
- Dandadan -

Autres

- Pour tenter de reproduire vos effets psychédeliques : Qri.org/oscilleditor/

Post

👉 *Ici, on explore Comment Le Vivant Transforme l'Expérience en Sens et en Cohérence.*

👉 *La Folie est de Tellement Détester avoir Tort à en Perdre la Raison.*

Je ne suis pas sponsorisée & je refuse les partenariats qui me sont proposés qui ne sont pas vraiment Éthiques.
Je partage juste les bons plans que j'ai chiné depuis 20 ans car je crois fortement à un meilleur demain Ensemble, en se serrant les coudes, en partageant ce genre d'informations. Je fais tout simplement ma part. Alors transitionnons ensemble, pour créer un meilleur demain Uni entre Art & Nature, pour voir le Beau partout autour de Nous.
Au plaisir de Nous voir grandir et s'épanouir. 🌿

Si tu veux me soutenir,
• tu peux me faire un don sur Tipeee (à la manière de wikipedia)
• ou bien partager mon travail : Facebook & Instagram
• ou bien me laisser un avis ici : Avis google.

Si tu as des bons plans à partager ou si tu veux un devis pour une prestation : n'hésite pas à me contacter !
On pourra écrire ensemble ou je pourrai publier ce que tu veux partager :) Ici c'est open edition

Téléchargements gratuits :
• Ma Liste d'Achat •
• Mon Guide Express Complet •
• Mon support de formation contre le Déni •
• Formations NousToutes •
• Formation Violences & PsychoTrauma Muriel Salmona •
• Mes Schéma •
• Mes Fables •

• Galerie Charte aMi •

-Mes Réseaux en haut à gauche du site.

Agdistys • Diane Serant © Tous droits réservés 2021
Mon travail est sous licence Creative Commons Attribution - ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0).
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/